

	Hétfő 12.08	Kedd 12.09	Szerda 12.10	Csütörtök 12.11	Péntek 12.12	Szombat 12.13	Vasárnap 12.14
Reggeli	Gyümölcs tea EN:25.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:6.3g CK:6.3g FH:0.0g SÓ:0.0g Magyaros vajkrém (7;) EN:34.8kcal ZS:3.5g TZS:2.3g SZH:0.6g CK:0.2g FH:0.2g SÓ:0.1g korpás zsemle (1;6;) EN:70.5kcal ZS:0.4g TZS:0.0g SZH:13.5g CK:0.5g FH:2.4g SÓ:0.3g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	Tej (7;) EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g Sonkás szelet EN:14.3kcal ZS:0.8g TZS:0.3g SZH:0.1g CK:0.0g FH:1.8g SÓ:0.4g fehér kenyér (1;6;) EN:72.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.4g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Jégcsapretek EN:3.0kcal ZS:0.0g SZH:0.4g FH:0.2g	Vaníliás tej (7;) EN:70.0kcal ZS:1.5g TZS:1.0g SZH:10.9g CK:9.6g FH:3.3g SÓ:0.1g Foszlós kalács (1;3;6;7;13;) EN:89.3kcal ZS:2.2g TZS:0.9g SZH:15.6g CK:2.5g FH:2.5g SÓ:0.2g Teavaj (7;) EN:72.3kcal ZS:8.0g TZS:5.7g SZH:0.0g CK:0.0g FH:0.0g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g Sertés párizsi EN:34.5kcal ZS:3.0g TZS:1.2g SZH:0.4g CK:0.0g FH:1.5g SÓ:0.3g margarin EN:18.0kcal ZS:2.0g TZS:0.6g SÓ:0.1g Császár zsemle (1;6;) EN:76.3kcal ZS:0.9g TZS:0.0g SZH:14.7g CK:0.3g FH:2.3g SÓ:0.3g	Kakaó (7;) EN:60.6kcal ZS:1.6g TZS:1.1g SZH:8.1g CK:8.0g FH:3.4g SÓ:0.1g Sajtos kifli (1;7;) EN:80.3kcal ZS:1.8g SZH:11.9g FH:3.4g SÓ:0.3g	Citromos tea EN:20.0kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:0.0g SÓ:0.0g Kockasajt, natúr (7;) EN:70.5kcal ZS:5.5g TZS:3.8g SZH:1.8g CK:1.4g FH:3.3g SÓ:0.5g Panini (1;7;) EN:69.3kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:13.5g CK:0.5g FH:2.4g SÓ:0.2g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	
Tízórai	alma EN:35.0kcal ZS:0.4g SZH:7.0g FH:0.4g	Narancs EN:41.0kcal SZH:8.5g FH:0.6g	körte EN:62.4kcal SZH:14.4g CK:1.8g FH:0.5g	Narancs EN:41.0kcal SZH:8.5g FH:0.6g	banán EN:105.0kcal SZH:24.2g FH:1.3g	Mandarin EN:45.0kcal SZH:9.8g FH:0.7g	
Ebéd	Alföldi gulyás leves (1;3;9;) EN:165.6kcal ZS:9.1g TZS:2.2g SZH:13.4g CK:0.1g FH:6.4g SÓ:0.7g Tejben dara (1;7;) EN:169.0kcal ZS:2.4g TZS:1.6g SZH:29.9g CK:14.0g FH:6.8g SÓ:0.1g Kakaó szórát EN:83.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:20.0g CK:20.0g FH:0.1g SÓ:0.0g fehér kenyér (1;6;) EN:72.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.4g	Párolt csirkecomb filé EN:81.0kcal ZS:2.9g TZS:0.8g SZH:1.4g CK:1.0g FH:11.7g SÓ:0.9g Zöldborsófőzelék (1;7;) EN:203.6kcal ZS:7.2g TZS:1.9g SZH:23.8g CK:9.0g FH:9.1g SÓ:0.9g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:66.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.3g Csontleves tésztával (1;3;7;9;10;) EN:50.0kcal ZS:0.6g TZS:0.2g SZH:7.2g CK:0.6g FH:2.8g SÓ:0.1g	Szilvaleves (1;7;) EN:115.5kcal ZS:4.1g TZS:2.2g SZH:17.5g CK:14.0g FH:1.4g SÓ:0.0g Svájci rakott burgonya (3;7;12;) EN:247.5kcal ZS:11.0g TZS:5.2g SZH:25.0g CK:0.9g FH:9.4g SÓ:1.0g Cékla saláta (10;) EN:6.0kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:1.6g CK:1.4g FH:0.5g SÓ:0.3g fehér kenyér (1;6;) EN:72.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.4g	Tavaszi zöldségleves (1;3;) EN:63.9kcal ZS:2.0g TZS:0.2g SZH:9.4g CK:2.6g FH:1.9g SÓ:1.1g Rakott kelkáposzta (7;) EN:266.1kcal ZS:13.4g TZS:4.3g SZH:23.0g CK:0.4g FH:7.8g SÓ:0.3g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:105.7kcal ZS:0.5g TZS:0.0g SZH:20.7g CK:0.4g FH:3.9g SÓ:0.0g	Párolt sertésszelet EN:68.0kcal ZS:2.7g TZS:0.9g FH:10.3g SÓ:0.8g Petrezselymes burgonya (7;) EN:188.9kcal ZS:5.6g TZS:2.5g SZH:28.0g CK:0.0g FH:3.8g SÓ:0.5g Csemege uborka * (10;) EN:3.9kcal ZS:0.0g TZS:0.0g SZH:0.5g CK:0.4g FH:0.3g SÓ:0.6g Zöldbableves (1;7;) EN:53.5kcal ZS:3.0g TZS:1.4g SZH:4.9g CK:0.6g FH:1.3g SÓ:1.5g fehér kenyér (1;6;) EN:72.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.4g	Tárkonyos Halgaluska leves (1;3;4;7;9;) EN:172.3kcal ZS:8.3g TZS:2.9g SZH:18.2g CK:2.9g FH:5.5g SÓ:0.1g Darás metélt (1;3;) EN:217.4kcal ZS:5.0g TZS:0.7g SZH:36.9g CK:0.7g FH:6.0g SÓ:0.8g Barack lekvár EN:24.3kcal SZH:5.8g CK:5.1g Porcukor szórát EN:82.0kcal SZH:20.0g CK:20.0g teljeskiőrlésű kenyér (1;) EN:66.6kcal ZS:0.4g TZS:0.1g SZH:13.0g CK:0.0g FH:2.4g SÓ:0.3g	
Uzsonna	Natúr sajtkrém (7;) EN:14.3kcal ZS:1.2g TZS:0.8g SZH:0.5g CK:0.5g FH:0.4g SÓ:0.1g fehér kenyér (1;6;) EN:72.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.4g Kígyóuborka EN:2.4kcal ZS:0.0g SZH:0.3g FH:0.2g	Barackos túrókrém (7;) EN:60.0kcal ZS:3.6g TZS:2.4g SZH:2.9g CK:2.8g FH:3.8g SÓ:0.0g vizes zsemle (1;) EN:84.3kcal ZS:2.1g SZH:13.2g FH:2.5g	Baromfimájás (1;6;) EN:1.2kcal ZS:0.1g TZS:0.0g SZH:0.1g CK:0.0g FH:0.1g SÓ:0.0g fehér kenyér (1;6;) EN:72.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.4g Paprika EN:6.0kcal ZS:0.0g SZH:0.9g FH:0.3g	Körözött (7;) EN:36.1kcal ZS:2.4g TZS:1.7g SZH:0.9g CK:0.8g FH:2.7g SÓ:0.3g fehér kenyér (1;6;) EN:72.3kcal ZS:0.3g TZS:0.1g SZH:14.4g CK:0.5g FH:2.6g SÓ:0.4g Rágórépa EN:8.0kcal ZS:0.0g SZH:1.7g FH:0.2g SÓ:0.0g	Tej (7;) EN:58.0kcal ZS:2.8g TZS:2.0g SZH:5.0g CK:5.0g FH:3.3g SÓ:0.1g Gyümölcsös zabkessz (1;) EN:68.7kcal ZS:3.0g TZS:1.4g SZH:8.4g CK:2.2g FH:1.1g SÓ:0.1g	Gyümölcsös joghurt (7;) EN:82.5kcal ZS:1.4g TZS:1.0g SZH:13.8g CK:12.5g FH:3.8g SÓ:0.1g Kifli (1;7;) EN:109.6kcal ZS:1.5g TZS:0.6g SZH:20.4g CK:1.1g FH:2.9g SÓ:0.4g	

Az étlap változtatásának jogát fenntartjuk. Módosítást kizárólag a minőség legmagasabb biztosítása érdekében eszközölünk.

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata: EN(energia: kcal/adag); ZS(zsír: g/adag); TZS(telített zsírsav: g/adag); SZH(szénhidrát: g/adag); CK(cukor: g/adag); FH(fehérje: g/adag); SÓ(só: g/adag); CA(kalcium: mg/adag). Allergének: 1-Glutén; 2-Rákkfélek; 3-Tojás; 4-Halak; 5-Földimogyoró; 6-Szójabab; 7-Tej, laktóz; 8-Diófélek (mandula, mogyoró, diófélek, pisztácia); 9-Zeller; 10-Mustár; 11-Szezámag; 12-Kén-dioxid, szulfitok; 13-Csilagfűrt; 14-Puhatestűek. * - édesítőszer tartalmaz.